

## Stérilets au cuivre : idées vraies, idées fausses



**Le stérilet au cuivre permet une contraception pendant plusieurs années. Son effet contraceptif est interrompu dès le retrait.**

### Au moins aussi efficace que la pilule

● Les stérilets au cuivre sont formés d'un T en plastique souple d'environ 3 cm de long, dont une partie est entourée par un fil de cuivre (a). Sauf cas particulier, ils sont facilement mis en place dans l'utérus lors d'une consultation.

● Les stérilets agissent surtout en empêchant la fécondation de l'ovule par les spermatozoïdes. Leur efficacité contraceptive est équivalente à celle des pilules prises régulièrement, et supérieure à celle des pilules prise avec des oublis occasionnels (b). Cette efficacité dure pendant au moins 5 à 10 ans.

● Le stérilet peut être mis en place dans les 5 jours suivant un rapport non protégé (c'est-à-dire sans contraception), afin de servir de contraception d'urgence. Il est alors plus efficace que les "pilules du lendemain".

● Un stérilet peut aussi être mis en place juste après un accouchement ou une interruption de grossesse.

● Le retrait du stérilet est facile. Il entraîne l'arrêt immédiat de l'effet contraceptif. Dans l'année qui suit le retrait du stérilet, sur 10 femmes sou-

haitant être enceintes, environ 8 ou 9 le sont : autant que si elles n'avaient jamais porté de stérilet.

### Peu d'effets indésirables

● La pose du stérilet provoque des douleurs, des saignements, ou des nausées transitoires chez environ 1 femme sur 100. Les événements indésirables sérieux (perforation de l'utérus ou infection profonde) sont exceptionnels.

● Après la mise en place de stérilet au cuivre, les règles augmentent environ de moitié, et sont parfois douloureuses (surtout pendant les 6 à 12 premiers mois). Certaines femmes demandent alors le retrait du stérilet.

● L'expulsion du stérilet est rare. Elle survient chez une femme sur 10 à 20. Il est alors possible de choisir une nouvelle contraception.

● Une grossesse extra-utérine (c) est possible, mais plus rarement que chez les femmes qui ne prennent pas de contraception.

### Convient à de très nombreuses femmes

● Une infection locale, une déformation de la cavité utérine ou une maladie grave de l'utérus peuvent obliger à retarder la pose d'un stérilet ou à y renoncer. En dehors de ces cas, très peu de problèmes de santé sont incompatibles avec le stérilet, qui peut être utilisé en cas de dia-

bète, de problèmes cardiaques, de phlébite, d'infection par le virus du sida, etc.

● Le stérilet peut être utilisé sans risque particulier par les adolescentes et les jeunes femmes n'ayant jamais eu d'enfant, ainsi que par les femmes qui allaitent.

● Le port d'un stérilet au cuivre n'interdit l'usage d'aucun médicament. En particulier, il n'est pas vrai que les anti-inflammatoires diminuent son efficacité.

● Ne pas oublier que, avec ou sans stérilet, le préservatif est la seule protection sérieuse contre les infections sexuellement transmissibles, en cas de relation sexuelle à risque.

©Prescrire - février 2013

a- Les stérilets contenant un médicament hormonal ont des effets différents. Ils ne sont pas abordés ici.

b- Sur 160 femmes portant un stérilet pendant un an, il survient en moyenne environ une grossesse, qui s'interrompt spontanément dans plus de la moitié des cas.

c- Les grossesses extra-utérines se développent hors de l'utérus. Elles ne peuvent aboutir à une naissance et provoquent des douleurs et parfois une hémorragie interne.

#### Sources :

- "Dispositifs intra-utérins, alias stérilets - Première partie - Une alternative efficace à la contraception hormonale orale" Rev Prescrire 2009 ; 29 (304) : 113-119.
- "Dispositifs intra-utérins, alias stérilets - Deuxième partie - Connaître les détails pratiques de la pose d'un dispositif intra-utérin" Rev Prescrire 2009 ; 29 (305) : 202-206.